



くすりと健康

● 神戸市薬剤師会 ●

家庭用漂白剤を 使った消毒の方法

冬の風邪の時期にくしゃみや鼻水が出れば、まず風邪を疑います。そのため、アレルギーが見つかりにくいことがあります。また、発熱や腹痛も風邪やインフルエンザによる症状だと思いがちですが、昨年から大流行している、ノロウイルスによる感染性胃腸炎ということも考えられます。このように、全く違う病気であっても、症状が似ていることがあるので注意が必要です。

ノロウイルスによる食中毒は、年間を通じて発生しますが、特に気温の低下する冬季（11月～3月）に多く発生し、以前はカキを含む二枚貝による食中毒が多く報告されてきました。ノロウイルスは、少量のウイルスでも発病するため「生食用」や新鮮なものだからといって、絶対に大丈夫ということはありません（も

ちろん汚染されていなければ大丈夫です）。

また、食べ物だけではなく、吐しゃ物から人へ、人から人へと感染することもありますので、自分が発症していなくても人にうつす可能性があります。ノロウイルスに感染しないため、人にうつさないようにするためには、まず、うがい・手洗いを小まめに行うことが基本です。また、消毒をする場合、アルコール消毒は有効ではありませんので、次のような方法で消毒液を作り、消毒するようにしてください。

【家庭用塩素系漂白剤を用いる消毒】

0・1%消毒液：500mlのペットボトルに水を半分入れ、その上からペットボトルのキャップ2杯分の漂白剤を入れます。さらに、ペットボトルの上まで水を入れてよく振ります。

0・02%消毒液：2リットルのペットボトルに水を半分入れ、その

上からペットボトルのキャップ2杯分の漂白剤を入れます。さらにペットボトルの上まで水を入れてよく振ります。

まな板、包丁、ふきんなどの調理器具は、洗った後、0・1%の消毒液に30分つけてから水洗いするようにしてください。トイレ、浴室などは、通常の掃除の後、0・1%の消毒液につけた使い捨てのぞうきんや、ペーパータオルなどでふき取ってください。ドアノブ、食卓テーブル、電話機などは0・02%の消毒液につけた使い捨てペーパータオルなどでふき取ってください。

下痢やおう吐の症状のある人の寝間着、下着、シーツなどは、0・1%の消毒液に30分つけてから洗濯してください。なお、消毒剤は時間の経過とともに効果が減少するので、使用する前に作り、使用するときは、塩素系漂白剤使用時の注意をよく守り、換気を十分に行ってください。